

発行日 2025年12月1日

隣組回覧



「ようずなんでも相談所」開設のご案内

～毎日の暮らしの中でお悩みはありませんか？～

「いじめ・体罰」などに関する問題、家庭内における様々な問題、プライバシーに関する問題などの心配ごとに、人権擁護委員が丁寧に相談に応じます。

お気軽にご相談ください。なお、相談は無料で、秘密は固く守られます。

日時 2025年 12月12日（金）

午前10時～午後3時

※事前の予約が必要です

場所 須坂市役所305会議室

●他市町村の特設相談所でも相談ができます。

問合せ先

人権に関する総合相談窓口
須坂市人権交流センター
電話

026-245-0909

日 稲	相 談 時 間	開 催 場 所
2日（火）	午後1時～4時	長野市若穂支所
3日（水）	午後1時30分～3時30分	小布施町北斎ホール
9日（火）	午後1時～4時	長野中央隣保館
15日（月）	午後1時～4時	長野市豊野支所
18日（木）	午後1時～5時	千曲市埴生公民館

★下記のとおり電話での法務局相談も受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

みんなの人権 110番 0570-003-110

こどもの人権 110番（通話料無料） 0120-007-110

月～金（祝日を除く） 午前8時30分～午後5時15分



長野人権擁護委員協議会、長野・飯山地域人権啓発活動ネットワーク協議会

人権イメージキャラクター
KENまもる君・KENあゆみちゃん

須坂市人権交流センターに「総合相談窓口」を開設しています。

月～金 午前9時～午後5時（ただし 年末年始及び祝祭日は除く）

電話 026-245-0909

裏面の人権啓発コーナーをご覧ください。

いじめ

いじめは絶対に許されない

たとえば集団で一人をいじめるなど、誰かを標的にして心や身体を傷つけるいじめは絶対に許されるものではありません。

する側は軽いいたずらのつもりでも、される側には耐え難い苦しみによる深い傷が残ります。また、周りの人たちの見ないふりも、いじめられてる人を孤立させ、いじめをエスカレートさせる要因になります。

身近な大人たちの注意深い関心が、子どもをいじめから救います。

親から無条件に愛されている実感を感じる関係が大切です。



いじめのサイン - 子どものサインを見逃さない事が大切

外見

表情が暗い、妙に明るい
擦り傷やあざを隠す など

行動

食欲がない、登校しない、
お風呂や裸を嫌う など

会話

学校の話をしない
乱暴、命令口調 など

金銭

お金を欲しがる、家のお金や
品物がなくなる など

物品

教科書やノートに落書きがあり
文房具が減ったり
物が壊れたりする など

通信端末

メールを非常に気にする
常に携帯電話やスマートフォン
を見ている、逆に友達と連絡を
取らなくなる など

もしいじめられたら

いじめは、時間が経つほどエスカレートしやすい問題です。早めに保護者や先生に相談し、悪質な場合は警察に通報しましょう。

子どもの人権110番

0120-007-110

平日8:30~19:00 (全国共通・無料)

- 心の健康
- アルコール
- 薬物
- 思春期の精神保健
- 発達障がい
- ひきもこり
- など 相談に応じています